

**HUBUNGAN KEBIASAAN MEROKOK DENGAN
GANGGUAN POLA TIDUR PADA REMAJA
DI SMA NEGERI 1 SELAT**



SKRIPSI

Oleh :

I KADEK YOGA ARI SURYA

**PROGRAM STUDI SARJANA ILMU KEPERAWATAN
SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN
BINA USADA BALI**

2023

**HUBUNGAN KEBIASAAN MEROKOK DENGAN
GANGGUAN POLA TIDUR PADA REMAJA
DI SMA NEGERI 1 SELAT**

SKRIPSI

**Sebagai Salah Satu Syarat Untuk Memperoleh Gelar Sarjana Keperawatan
pada Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Bina Usada Bali**

Oleh:

**I KADEK YOGA ARI SURYA
C2121123**

**PROGRAM STUDI SARJANA ILMU KEPERAWATAN
SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN
BINA USADA BALI**

2023

HALAMAN PERSETUJUAN

**HUBUNGAN KEBIASAAN MEROKOK DENGAN
GANGGUAN POLA TIDUR PADA REMAJA
DI SMA NEGERI 1 SELAT**

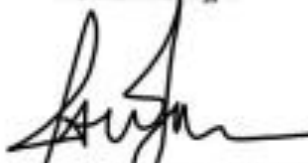
Diajukan Oleh:

**I KADEK YOGA ARI SURYA
NIM. C2121123**

Mangupura, 09 Februari 2023

Telah disetujui oleh Dosen Pembimbing

Pembimbing I



**Ns. I Putu Artha Wijaya, S.Kep., M.Kep
NIDN.0821058603**

Pembimbing II



**I Gede Wirajaya, SE., MM
NIDN. 0821099001**

**Mengetahui,
Program Studi Sarjana Ilmu Keperawatan
Ketua**



**Ns. I Putu Artha Wijaya, S.Kep., M.Kep
NIDN.0821058603**

HALAMAN PENGESAHAN

SKRIPSI INI TELAH DIPERTAHANKAN DAN DISAHKAN DI DEPAN
DEWAN PENGUJI PROGRAM STUDI SARJANA ILMU
KEPERAWATAN SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN
BINA USADA BALI

Tanggal:

16 Februari 2023

yang terdiri dari:

Penguji Utama

Dr.dr. I Wayan Artana, S.H.,M.Biomed

NIDN.0812016602

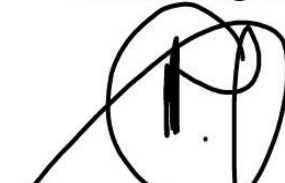
Pembimbing I



Ns. I Putu Artha Wiyaya, S.Kep., M.Kep

NIDN.0821058603

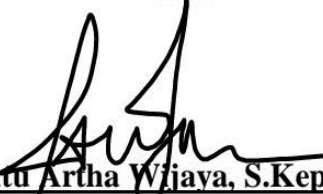
Pembimbing II



I Gede Wirajaya, SE., MM

NIDN. 0821099001

Mengetahui,
Program Studi Sarjana Ilmu Keperawatan
Ketua



Ns. I Putu Artha Wiyaya, S.Kep., M.Kep

NIDN.0821058603

SURAT PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN

Saya yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : I Kadek Yoga Ari Surya

NIM : C2121123

Jurusan : S1 Keperawatan

Judul Skripsi : Hubungan Kebiasaan Merokok dengan Gangguan Pola
Tidur pada Remaja di SMA Negeri 1 Selat

Menyatakan dengan sebenarnya bahwa tugas akhir yang saya tulis benar-benar hasil karya sendiri, bukan merupakan pengambil alihan tulisan atau pikiran orang lain yang saya akui sebagai tulisan atau pikiran saya sendiri. Apabila dikemudian hari dapat dibuktikan bahwa tugas akhir ini adalah hasil jiplakan maka saya bersedia menerima sanksi atas perbuatan tersebut.

Mangupura, Januari 2023



I Kadek Yoga Ari Surya

**SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN
BINA USADA BALI PROGRAM STUDI SARJANA ILMU
KEPERAWATAN**

SKRIPSI, Februari 2023

I KADEK YOGA ARI SURYA

Hubungan Kebiasaan Merokok dengan Gangguan Pola Tidur pada Remaja di
SMA Negeri 1 Selat

xiv + 55 Halaman + 7Tabel + 2 Gambar + 7 Lampiran

ABSTRAK

Kebiasaan merokok sudah menjadi masalah kesehatan utama yang terjadi di berbagai negara. Perokok di Indonesia tidak hanya di kalangan dewasa saja, melainkan sudah merambat kekalangan remaja muda. Kalangan remaja sendiri diantaranya berasal dari kalangan sosial ekonomi rendah, sedangkan rata-rata usia seseorang yang mulai merokok yaitu dari usia 15-19 tahun Tujuan penelitian ini adalah untuk menganalisis hubungan kebiasaan merokok dengan gangguan pola tidur pada remaja di SMA Negeri 1Selat. Peneliti ini menggunakan metode kuantitatif dengan desain penelitian korelasional dan dengan jenis penelitian *Cross Sectional* yaitu jenis penilaian yang menekankan waktu pengukuran/observasi data hanya satu kali pada satu waktu.Sampel dalam penelitian ini adalah 40 responden Analisis data diuji menggunakan uji *spearman rank* untuk mengetahui hubungan kedua variabel tanpa dilakukan uji normalitas data terlebih dahulu karena skala ukur yang digunakan adalah skala ordinal. diperoleh bahwa nilai $p < 0,001$ $p < 0,05$. Maka dapat disimpulkan bahwa ada hubungan kebiasaan merokok dengan gangguan pola tidur pada remaja di SMA Negeri 1 Selat. Saran dari hasil penelitian ini antara lain remaja dapat membatasi untuk menghisap merokok yang bisa membuat gangguan pada gangguan pola tidur dan kesehatannya..

Kata Kunci : Kebiasaan Merokok, Gangguan Pola Tidur.
Daftar Pustaka : 25 (2017-2020)

**INSTITUTE OF HEALTH SCIENCE
BINA USADA BALI GRADUATE NURSING STUDY PROGRAM**

THESIS, February 2023

I KADEK YOGA ARI SURYA

The Correlation Between Smoking Habits With Sleep Pattern Disturbances In Adolescents In Sma N 1 Selat

xiv + 55 Pages + 7 Tables + 2 Figures + 7 Attachments

ABSTRACT

Smoking habit has become a major health problem that occurs in various countries. Smokers in Indonesia are not only among adults, but have spread among young adolescents. Among the teenagers themselves come from low socioeconomic circles, while the average age of someone who starts smoking is from the age of 15-19 years. The purpose of this study was to analyze the correlation between smoking habits with sleep pattern disturbances in adolescents in SMA N 1 Selat. This researcher uses a quantitative method with a correlational research design and with a cross sectional research type, namely a type of assessment that emphasizes the time of measuring/observing data only once at a time. The sample in this study is 40 respondents. Data analysis was tested using the Spearman rank test to find out the relationship between the two variables without testing the normality of the data beforehand because the measuring scale used is the ordinal scale. obtained that the value of $p < 0.001$ $p < 0.05$. So it can be concluded that there is a relationship between smoking habits and disturbed sleep patterns in adolescents at SMA Negeri 1 Selat. Suggestions from the results of this study include that adolescents can limit smoking which can interfere with sleep patterns and health disturbances.

Keywords: Smoking Habits, Sleep Pattern Disorders.

Bibliography : 25 (2017-2020)

KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis panjatkan kepada Tuhan Yang Maha Esa, karena atas berkat rahmat dan anugerah-Nyalah penulis dapat menyelesaikan skripsi dengan judul “Hubungan Kebiasaan Merokok dengan Gangguan Pola Tidur pada Remaja di SMA Negeri 1 Selat ” tepat pada waktunya.

Penulis dalam penyusunan proposal ini banyak mendapat bantuan dari beberapa pihak, oleh karena itu pada kesempatan ini izinkan penulis menyampaikan ucapan terima kasih kepada :

1. Dr. Ir. I Putu Santika, MM selaku Ketua STIKES Bina Usada Bali yang telah memberikan kesempatan mengikuti pendidikan program S1 Keperawatan di STIKES Bina Usada Bali.
2. Ns. I Putu Artha Wijaya, S.Kep., M.Kep selaku Ka. Prodi S1 Keperawatan yang telah meluangkan waktunya untuk turut membimbing dan memotivasi dalam menyelesaikan penelitian ini.
3. Ns. I Putu Artha Wijaya, S.Kep., M.Kep selaku Pembimbing I yang telah meluangkan waktu untuk membimbing dalam penyusunan proposal ini.
4. I Gede Wijaya, SE., MM selaku Pembimbing II yang telah banyak membantu penulisan dalam penyusunan proposal ini.
5. DRS. I Wayan Cenik, M.Pd selaku Kepala Sekolah SMA Negeri 1 Selat yang telah memberikan izin untuk melaksanakan penelitian.
6. Bapak, Ibu dan seluruh keluarga yang selalu setia memberikan dukungan dan semangat baik secara moral dan material dalam menyelesaikan penelitian ini.

7. Teman-teman dan semua pihak yang tidak bisa penulis sebutkan namanya satu persatu yang telah membantu dalam menyelesaikan proposal ini.

Penulis menyadari bahwa proposal ini masih jauh dari sempurna, dikarenakan keterbatasan pengetahuan yang dimiliki. Penulis mengharapkan kritik dan saran yang bersifat membangun demi kesempurnaan skripsi ini sehingga dapat bermanfaat.

Mangupura, Januari 2023

I Kadek Yoga Ari Surya

DARTAR ISI

HALAMAN JUDUL	i
HALAMAN PERSETUJUAN	ii
HALAMAN PENGESAHANA	iii
SURAT PERNYTAAN KEASLIAN PENELITIAN	iv
ABSTRAK	v
<i>ABSTRACT</i>	vi
KATA PENGANTAR.....	vii
DAFTAR ISI.....	ix
DAFTAR TABEL	xii
DAFTAR GAMBAR.....	xiii

BAB I PENDAHULUAN

A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah	5
C. Tujuan Penelitian	5
1. Tujuan Umum.....	5
2. Tujuan Khusus.....	5
D. Manfaat Penelitian	
1. Pelayanan Keperawatan.....	5
2. Masyarakat.....	5
3. Institusi Pendidikan	6
4. Pengembangan Ilmu Keperawatan	6
5. Keaslian Penelitian	6

BAB II TINJAUAN PUSTAKA

A. Kebiasaan Merokok	8
1. Definisi Merokok.....	8
2. Bahaya Merokok	9
3. Aspek-Aspek Merokok.....	9
4. Dampak Merokok	11
5. Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Merokok	14
B. Gangguan Pola Tidur	16
1. Definisi Pola Tidur	16
2. Penyebab Gangguan Pola Tidur	17
3. Tanda dan Gejala Gangguan Pola Tidur.....	18
4. Fisiologi Pola Tidur	18
5. Faktor- Faktor yang Mempengaruhi Gangguan Pola Tidur	20
C. Remaja	
1. Definisi Remaja	21
2. Pola dan Waktu Tidur Remaja	22
3. Faktor yang Mempengaruhi Pola Tidur Remaja	23
D. Kerangka Teori	25

BAB III KERANGKA KONSEP, HIPOTESIS DAN

DEFINISI OPERASIONAL

A. Kerangka Konsep.....	26
B. Hipotesis	27
C. Definisi Operasional	27

BAB IV METODE PENELITIAN

A. Rencana Penelitian	29
B. Populasi dan Sampel	29
C. Tempat Penelitian	32
D. Waktu Penelitian	32

E. Etika Penelitian.....	32
F. Alat Pengumpulan Data.....	33
G. Prosedur Pengumpulan Data	37
H. Pengolahan Data.....	38
I. Rencana Analisis Data.....	39

BAB V HASIL PENELITIAN

A. Tempat dan Waktu Penelitian	43
B. Hasil Analisis Data Univariat	43
C. Hasil Uji Bivariat.....	45

BAB VI PEMBAHASAN

A. Interpretasi Penelitian	46
B. Keterbatasan Penelitian	52
C. Implikasi Terhadap Pelayanan, Pendidikan dan Penelitian.....	53

BAB VII SIMPULAN DAN SARAN

A. Simpulan	54
B. Saran	54

DAFTAR PUSTAKA

LAMPIRAN

DAFTAR TABEL

Tabel 1.1 Keaslian Penelitian	6
Tabel 3.1 Defini Operasional	27
Tabel 5.1 Karakteristik Responden Berdasarkan Usia.....	43
Tabel 5.2 Karakteristik Responden Penelitian Berdasarkan Kelas	44
Tabel 5.3 Kebiasaan Merokok pada Remaja di SMA Negeri 1 Selat.....	44
Tabel 5.4 Gangguan Pola Tidur pada Remaja di SMA Negeri 1 Selat.....	44
Tabel 5.5 Analisis Hubungan Kebiasaan Merokok dengan Gangguan Pola Tidur pada Remaja di SMA Negeri 1 Selat.....	45

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Kerangka Teori	25
Gambar Kerangka Konsep	26

DAFTAR PUSTAKA

- Anggita T, N. (2018). *Metodelogi Penelitian Kesehatan*. Jakarta : Rineka Furqon
- Arikunto, (2017) *Prosedur Penelitian : Suatu Pendekatan Praktik Jakarta : Rineka Furqon*
- Asizah. (2015). Hubungan Pengetahuan Dan Sikap Tentang Bahaya Merokok Dengan Perilaku Merokok Pada Remaja Putra Di Sma Negeri I Tompasobaru. *Jurnal Keperawatan Universitas Sam Ratulangi Manado*, 1, 44–46.
- Aula. (2014). *stop merokok*. Yogyakarta: Garailmu.
- Dariyo. (2014). *Psikologi Perkembangan Remaja. Edisi II*. Bogor Selatan: Galia.
- Kementrian Kesehatan RI. (2013). *aja Terhadap KPerilaku Perokok dan Sikap Remebiasaan Merokok*. 1–84.
- Nasir, Abdul Muhith, M. E. I. (2011). *Nasir, Abdul Muhith, M. E. Ideputri*. Yogyakarta: Nuha Medika.
- Nursalam, (2017 *Konsep-Dan-Penerapan-Metodologi-Penelitian-Ilmu-Keperawatan-Ed-2* (pp. 1–245).
- Sugiyono, (2017) *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif Dan R&D*. ALFABETA
- Swarjana I Ketut, (2017) *Statistika untuk Penelitian. Statistika Untuk Penelitian*
- Sarino dan Ahyanti, M. (2012). Perilaku Merokok Pada Siswa SMP. *Keperawatan, Vol 8 No 2*.
- Soekanto. (2013). *Pembunuh berbahaya Itu bernama rokok*. Yogyakarta: Riz'ma.
- Soetjningsih. (2010). *Hubungan Karakteristik, Pengetahuan, dan Sikap Remaja Laki-Laki Terhadap Kebiasaan Merokok di SMU Parulian 1 Medan*. 4, 11–16.
- Ramadhania. (2014). *faktor faktor yang mempengaruhi perilaku merokok siswa*

sltp di Bekasi.

Rosali, D., Maseda, Suba, B., & Wongkar, D. (2011). Hubungan Pengetahuan Dan Sikap Tentang Bahaya Merokok Dengan Perilaku Merokok Pada Remaja Putra Di Sma Negeri I Tompasobaru. *Jurnal Keperawatan Universitas Sam Ratulangi Manado, 1*, 46–66.

Rustandi, H. (2018). *Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Kualitas Hidup Pasien Chronic Kidney Disease (Ckd) Yang Menjalani Hemodialisa Di Ruang Hemodialisa. 1(2).*

Sugiyono. (2012). *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif Dan R & D.* Bandung: alfabeta.

WHO. (2015). *Hubungan Antara Keterpaparan Asap Rokok Dan Riwayat Penyakit Paru Obstruktif Kronik.* 160–161.

Wiratna, S. . (2014). *SPSS untuk Penelitian.* Yogyakarta: Pustaka Baru Press.